

## Instruktion til åbent stævne med 1. og 3. divisionsmatch i COWI-ligaen søndag den 10. april i Marbæk Plantage.

Klassifikation:	Løbet er et **B-løb med divisionsmatch for klubberne i 1. og 3. division					
Kørselsvejledning:	Parkering tæt på adressen <a href="#">Øen 3, ved Myrthuevej midt i plantagen</a> (syd for de 2 store søer). Afmærkning fra Vestkystvejen (vej 463), hvor Hjerting Landevej går fra (vej 475). NB! Tilkørsel af denne rute skal følges, så man kommer ind i skoven sydfra.					
Stævneplads:	Øen 3, <a href="#">Esbjerg kommunes lejrplads</a>					
Stævnekontor:	På stævnepladsen. Åbner kl. 9.00.					
Faciliteter:	Toiletter forefindes ved stævnepladsen. Der er ingen toiletter ved start. Der er ingen mulighed for indendørs omklædning og bad. Der er væske ved mål.					
Kiosk:	Der forefindes kiosk på stævnepladsen. Her kan købes frugt, kage, slik, øl, sodavand, kaffe og te. Der er ikke mulighed for at købe decideret frokost.					
Afstande:	Fra parkering til stævneplads 200-400 m. Følg P-vagternes anvisninger. Fra stævneplads til start ca. 600 m. Følg rød/hvid snitzling.					
Klasser:	<b>GRUPPE</b>	<b>SVÆRHED</b>	<b>KLASSER</b>	<b>POSTER</b>	<b>BANELÆNGDER</b>	<b>BANE</b>
	H1	svær	H -20, H 21-, H 35-	24	9,1 km.	1
	H2	svær	H 40-, H45-	16	6,9 km.	2
	H3	svær	H -16, H 50-, H 55-	17	5,9 km.	3
	H4	svær	H 60-, H 65-	13	4,4 km.	4
	H5	svær	H 70-	12	3,9 km.	5 A
	H6	mellemsvær	H -14, H -16B	16	5,3 km.	6
	H7	mellemsvær	H -20B, H21-B, H 35-B,	16	5,3 km.	6
	H8	let	H -12, H -14B, H -20C, H 21-C	13	3,2 km.	7
	D1	svær	D -20, D 21-, D 35-	16	6,9 km.	2
	D2	svær	D 40-, D 45-	17	5,9 km.	3
	D3	svær	D -16, D 50-, D 55-	13	4,4 km.	4
	D4	svær	D 60-, D 65-	12	3,8 km.	5 B
	D5	svær	D 70-	10	3,2 km.	8
	D6	mellemsvær	D -14, D -16B	14	3,9 km.	9
	D7	mellemsvær	D -20B, D 21-B, D 35-B	14	3,9 km.	9
	D8	let	D -12, D -14B, D -20C, D 21-C	13	3,2 km.	7
	D/H – B 9	begynder	H -10, D -10, H -12B, D -12B, Begynder	16	3,1 km.	10

Væske i skoven:	Der er væske på bane 1.
Kontrolsystem:	EMIT-systemet. Back-up kort samt lejet brik udleveres ved start.
Kort:	Marbæk Plantage 1:10.000, ækv. 2,5 m. Nytegnet i 2015, forsynet med DOF's kvalitetsmærke. Kortene printet på rive- og vandfast papir med definitioner trykt på.
Terræn:	Typisk Vestkystplantage med varierende tætheder fra tæt fyrrekrat, til mindre tætte gran- og løvskovspartier, samt åbne hede- og moseområder. Generelt flad men med et kraftigt kuperet skræntområde mod kysten. Stibilledet er veludviklet og meget varieret. Der er nogle våde partier. Enkelte stier er opkørte og våde.
Postbeskrivelser:	IOF-symboler. Postbeskrivelserne er trykt på løbskortet. Endvidere forefindes der løse postbeskrivelser ved start. Disse må kun medbringes i skoven mod forevist forsvarlig fastgørelse.
Start:	Der første start kl. 10.00. Der er fremkald 4 min. før start. Løbere på bane 10 har fri starttid fra kl. 9.45 til stævnets sidste ordinære starttid. Løbere på bane 7 og 10 får deres løbskort udleveret 2 min. før start. Alle øvrige tager selv deres kort i startøjeblikket. For sent startende henvender sig til startpersonalet.
Mål:	Maxtid 2½ time. Lejebrikker afleveres i mål. Udgåede løbere skal henvende sig i mål. Løbskortet inddrages ikke, så løberne opfordres til at udvise fairness.
Resultatformidling:	Der ophænges løbende resultater på stævnepladsen. Resultaterne vil snarest muligt efter stævnets afslutning være tilgængelige på <a href="http://okesbjerg.dk">http://okesbjerg.dk</a>
Overtrækstøj:	Der er ingen transport af overtrækstøj fra start til stævneplads.
Børnebane:	Der tilbydes gratis børnebane med præmier. Mulighed for start mellem kl. 9.45 og kl. 12.00. Start fra stævnepladsen. Banen er IKKE velegnet til barnevogne/klapvogne.
Åbne baner:	Kan i begrænset omfang købes på dagen på stævnepladsen ved stævnekontoret. Pris -20 år 75 kr. og fra 21 år 100 kr. Starttid, back-up kort samt eventuel lejebrik udleveres ved køb af den åbne bane. Kortudlevering finder sted ved start, hvor normal startprocedure følges. Følgende åbne baner kan købes, så længe lager haves: Åben 1: = bane 1, åben 2: ligner bane 3, åben 3: = bane 6 og åben 4: = bane 7
Præmier:	Der er præmie til vinderne i samtlige ungdomsklasser til og med D/H-16. Præmieoverrækkelsen vil finde sted på stævnepladsen hurtigst muligt efter klassernes afslutning.
Dommer:	Dommer er Arne Brage, OK-Melfar. Han træffes på stævnepladsen fra kl. 11.00 til kl. 14.00.
Stævneorganisation:	Stævnekontrol: Ole Binder, OK-GORM Banelægger: Henrik Hansen, OK-Esbjerg Banekontrol: Niels Brage, OK-Melfar Stævneleder: Hanne Jochumsen OK-Esbjerg, tlf. 75338921 eller 40993880. Mail <a href="mailto:hanne.jochumsen@outlook.dk">hanne.jochumsen@outlook.dk</a>